Generationen und ADHS

Podium über Frauen zum Thema ADHS

Primar- und Sekundarschule Mariazell-Sursee in Ettiswil

am 28. Mai 2025

I. Einleitung

- Psychiatrische Diagnosen sind immer Funktions-Diagnosen, weil das Hirn ein hochkomplexes Anpassungsorgan ist. Es gibt keine klare Abgrenzung von einer psychiatrischen Diagnose zur anderen, denn das Gehirn funktioniert immer ganzheitlich und ist auch mit dem ganzen Körper vernetzt.

II ADHS, ADS, ASS, Hochsensibilität

- Sämtliche dieser Neurotypen sind genetisch vererbt, ASS am meisten, ADHS zu 80 %.
- Dies bedeutet, dass das Gehirn dieser Menschen eine bestimmte andersartige Funktionsweise an den Tag legt als Normotypen und somit auch andere Verhaltens- und Reaktionsweisen.
- Hauptmerkmale sind:
  1. Breite Aufmerksamkeit.
  2. Erhöhte Sensitivität und dadurch erhöhte Stressempfindlichkeit.
  3. Erhöhte emotionale Erregbarkeit und dadurch verstärkte Impulsivität d. h. verminderte Impulskontrolle.
- Diese Andersartigkeit zeigt sich auch in der Hirnstruktur indem das emotionale Gehirn stärker vernetzt ist und vernetzt bleibt mit dem übrigen Gehirn, d. h. dem kognitiven Grosshirn und dem vegetativen Stammhirn.
- Somit sind die kontrollierenden kognitiven Funktionen störanfälliger.

III Unterschiede bei Frauen und Männer

- Weibliche ADHS-Typen können sich besser anpassen an ihr Umfeld und setzen Empathie über ihre Selbstfürsorge.
- Die Diagnose wird deshalb gar nicht oder viel später gestellt (35 – 45 J.)
- Frauen leiden deshalb im Sinne einer Folgekrankheit doppelt so häufig an Depressionen wie Männer.

- Frauen entwickeln häufig psychosomatische Krankheiten, Erschöpfung, Fibromyalgie, erschöpftes Immunsystem.
- Frauen sterben 10 Jahre früher, Männer nur 7 Jahre früher im Vergleich zu Normotypen.
- Männer entwickeln eher oppositionelles Verhalten und im Extremfall Delinquenz.
- Frauen entwickeln eine Borderline Persönlichkeitsstörung.
- Männer eine antisoziale Persönlichkeitsstörung.
- Eine bipolare Störung und Psychose, Schizophrenie, kann bei beiden Geschlechtern auftreten.
- All diese Störungsbilder entwickeln sich aber nicht über Nacht, sondern erst nach langjähriger Fehlbehandlung, d. h. Fehlerziehung dieser Neurodivergenten Kinder und Jugendlichen.
- Die Psychiatrie als Behandlungsinstitution kommt viel zu spät, wenn schon
- alles schief gelaufen ist, ist völlig überlaufen und überfordert und bietet nur
- einseitige Hilfe an, d. h. medikamentöse Therapie mit Stimulanzien (Ritalin etc.).
- Deshalb ist es notwendig, dass das erzieherische Umfelde lernt mit diesen neurodivergenten Kindern und Jugendlichen umzugehen.

IV Umgang mit ADHS/ADS-Kindern im Schulalltag

- Klare Haltung der Lehrperson, wie ihre Struktur und ihre Anforderungen im Schulzimmer sind, gleich zu Beginn und nicht erst wenn etwas schiefgegangen ist.
- Kann die Regel von einem Kind nicht eingehalten werden, nicht mit Strafe reagieren, sondern fragen was der Grund war, aber ganz neutral und ohne emotionalen Druck, ohne Verurteilungsfragen und dann die Situation anerkennen, validieren und erst danach überlegen, wie in der nächsten ähnlichen Situation anders reagiert werden könnte.
- Regeln werden nicht aus Bösartigkeit übertreten, sondern aus emotionaler Überforderung, Überwältigung im «System overload».
- Diese Kinder können ihre starken Emotionen, ihre Impulsivität, noch nicht über
- ihre Kognition, ihre Vernunft kontrollieren, deshalb kann nicht an die Vernunft appelliert werden.
- Durchsetzen von Regeln muss deshalb stets im «low-arousal»-Zustand statt-

https://adhs.expert

finden.

- Früher wurde der Schulunterricht im autoritären Stil durchgeführt, alle Kinder waren diesem gleichen Stil unterworfen und haben sich in der Gruppe dem Kollektiv untergeordnet, um mit dabei sein zu können. Denn der Mensch ist ein soziales Wesen, gehört zu einer sozialen Spezies, hat soziale Gene.
- Im heutigen Schulunterricht wird vermehrt Wert auf Eigenverantwortung und Selbständigkeit gelegt.
- ADHS-Kinder sind eigenwillig, aber nicht unbedingt schon eigenständig und selbstverantwortlich nach den allgemeinen sozialen Regeln.
- Sie haben vermehrt Mühe im Regeln lernen, sind weniger anpassungsbereit an die Regeln der Allgemeinheit, des Kollektivs.
- Sie können leichter Grenzen überschreiten, sind deshalb auch kreativ, erfinderisch, unternehmerisch, explorativ etc.
- Im Schulunterricht müssen aber gewisse Regeln durchgesetzt werden. Diese können jedoch nicht mittels Vertrag oder mittels Strafe und Belohnung durchgesetzt werden, sie müssen ganz persönlich, mit mentaler Energie, nach dem Prinzip von Jesper Juul «ich will», «meine Regel im Schulzimmer ist....!» vermittelt werden.
- Sie müssen sich als Lehrperson bewusst sein, dass Sie stärker sind als das Kind, Sie müssen sich durchsetzen und nicht Gehorsam, Unterordnung einfordern, sondern Kooperation.
- ADHS-Kinder haben über ihre Sensitivität auch viel Empathie und Bereitschaft zur Kooperation, diese muss eingefordert werden, aber nicht über Strafe.
- ADHS-Kinder müssen intrinsisch motiviert werden können, dann machen sie mit.

V LRS und Dyskalkulie, Lernstörungen

- Häufig sind Lernstörungen mit ADHS kombiniert, darauf muss geachtet werden.
- Sie haben dann vermehrt Probleme mit dem Spracherwerb und dem Sprachverständnis.
- Französisch ist dann ein Problem für sie weil es so viele Regeln hat die vergessen werden können und somit viele Fehlermöglichkeiten.
- Bei diesen Kindern sollte da ein Auge zugedrückt werden, damit sie nicht die Freude an der Sprache verlieren.

Schlussbemerkung

Im schulischen Umgang mit ADHS-Kindern haben Sie die Möglichkeit, all Ihre Kreativität einzusetzen unter Einbezug der Kreativität des Kindes, um zu neuen Problemlösungen zu kommen. So sind wir wieder beim «Sokratischen Lernen» «der Lehrer, die Lehrperson, lernt von den Schülern am meisten», weiter ausgedrückt: «Das Leben ist der beste Lehrmeister und nicht die Theorie». Dazu muss man aber beobachten können und nicht in einen «Prediction error» verfallen oder einen «Confirmation Bias», eine «Self-fulfilling prophecy».

Frage an die Lehrpersonen:

«Welche Lehrer-Schülersituation bringt Sie am meisten unter Stress und wem wollen Sie es in diesem Augenblick, in dieser Situation recht machen?»

Dr. med. Ursula Davatz